

Veckomail v 38 och 39

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen: **karlskoga@spfseniorerna.se**

Expeditionen på Solbringen öppen måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00
och onsdagar kl. 14.00 – 16.00

Anmälan är öppen för nedan aktiviteter.

Måndagar kl 09.30, måndagspromenaderna startar från Solbringen.
Ansvariga är Christina Svärd, Margareta och Hans Boer. Ingen föranmälan behövs.

Gympa med Britt

Sittgympa: Måndagar kl. 14.00 på Solbringen, onsdagar kl. 13.30 på Nickkällan.

Stågympa: Torsdagar ojämna veckor kl. 14.00 på Solbringen.

Ingen föranmälan till gympagrupperna.



Torsdag 18 september, 2 oktober och 16 oktober,

Bowling kl 13.00 – 14.00. Christina och Viwi-Ann tar hand om och instruerar er på bowlinghallen.

Anmälan till exp. Sista anmälningsdag dagen innan kl. 15.00.

Tisdag 23 september Åta bör man . . . och gärna tillsammans.

Tid: kl. 12.30. **Vi ses på restaurang Ratten**, Tibastvägen 8 vid Volvo. Lunchpris 110 kr erbjuder 2 rätter, salladsbuffé, bröd, måltidsdryck, kaffe och kaka.

Aktivitetsansvariga: Tord Larsson, Marianne Persson och Kristina Ström Lekberg.

Anmälan till exp senast måndag 22 september kl. 11.00. Välkomna!

Tisdag 30 september Månadsmöte kl 14.30 på Solbringen.

Musikunderhållning med **Lotta Martinsson** som framför låtar från 50-talet och framåt.

Ansvarig: Marianne Leijder.

Anmälan till exp. Sista anmälningsdag torsdag 25 september kl 11.00.

Torsdag 2 oktober Vinprovning kl. 17.00 i Klubblokalen i Folkets Hus.

Vid detta tillfälle provas portugisiska viner. Vid överteckning genomförs ev. repris.

Max 16 personer.

Pris: 150 kr/pers. Betalas på plats med Swish eller kontant.

Aktivitetsansvarig: Ann-Christin Jehrn.

Anmälan till exp senast torsdag 25 september kl. 11.00.

Fredag 3 oktober 2025 års Matresa. Matresa till Karaby gård, lunch i Nässundets nyöppnade stationshus och avslutar med Ölme Lanthandel. Möjligheter till inköp finns. På Karaby gård berättar husdjursagronom Åsa vid fiket om gården med Linderödgrisar, lamm och grönbeteshöns.

Avresa:

Kl. 9.00 Bergmästaren

Kl. 9.10 Solbringan

Kl. 9.20 Nickkällan

Beräknad hemkomst kl. 17.30.

Pris: 550 kr/pers. Förskottsbetalning sker via bankgiro 5715-5640 eller swish nr 123 552 32 12

Aktivitetsansvarig: Britt Strinnholm.

Anmälan till exp senast torsdag 25 september kl.11.00.

I Ölme Lanthandel informeras om lanthandeln och ljusstöpning och "Mor Carins ostkaka" bjuder på ostkaka till kaffet med provsmakning av elva olika sorters sylt m.m.

Torsdag 9 oktober Whiskyprovning kl 17.00 i Klubblokalen, Folkets Hus.

Dubbling av tidigare annonserad provning som blev fulltecknad

Denna gång provar vi svensk whisky!

Efter provningen går de som så önskar till Red Brick för eftersits.

Begränsat antal platser.

Pris: 225 kr/pers – betalas på plats med Swish.

Aktivitetsansvariga: Monica och Ulf Palmér.

Anmälan till exp senast torsdag 2 oktober kl. 11.00.



Tisdag 14 oktober Vetgiriga Veteraner kl. 14.00 på Solbringan

Öppen för anmälan måndag 22 september

Peter Bröms, lokalpolis i Karlskoga, ger en allmän lägesbild av brottsligheten i Karlskoga, berättar om bedrägerier och lämnar tid för frågestund.

Aktivitetsansvarig: Hans-Eric Wikström.

Anmälan till exp senast torsdag 9 oktober kl. 11.00.

SPF
SENIORERNA
KARLSKOGA

MedlemsNytt
Nr 3

MedlemsNytt nr 3. Den innehåller utförlig information gällande mötes- och aktivitetsprogram för hösten 2025. De flesta har fått i sina brevlådor genom brevduvor. I ett antal fastigheter kommer inte brevduvorna in men MedlemsNytt nr 3 finns att hämta på expeditionen på Solbringan.

**Mötes- och aktivitetsprogram
Hösten 2025**



*Varmt välkomna till våra
aktiviteter i höst!*

Vi ses.

Du hittar alltid fler nyheter och uppdateringar
på vår hemsida
www.spfseniorerna/karlskoga.se
och
på vår facebook-sida SPF Karlskoga